

## КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА В ПЕРВОМ КЛАССЕ

(рекомендации педагога-психолога)

Психологическая поддержка во время школьного обучения – проблема важная и большая. Мы много говорим о психологической готовности ребенка к школе, отодвигая или считая само собой разумеющимся фактор готовности родителей к новому, школьному этапу жизни их ребенка.

Главная забота родителей – поддержание и развитие стремления учиться, узнавать новое. Например, вы встречаете ребенка после окончания уроков вопросом: «Что было интересного в школе?» «Ничего интересного», – отвечает он. «Так не бывает. Ты же узнал что-то новое, чему-то удивился, что-то тебя поразило». Ребенок напрягается, вспоминает, что же интересного было, и, может быть, не сразу, но вспомнит какой-то эпизод урока или опишет забавную сценку, случившуюся на перемене.

Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребенка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем.

Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы любите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим.

С пониманием относитесь к тому, что у вашего малыша что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну, сколько раз тебе нужно повторять? Что же ты такая неумеха?» – кроме раздражения с обеих сторон, ничего не вызовут. Лучше просто порадоваться маленькому успеху, ведь этому предшествовал труд. И дальше будет так же, нужно лишь постараться. Одна мама сравнила первый год обучения ребенка в школе с первым годом после его рождения: огромная ответственность за него, необходимость много времени проводить рядом, океан выдержки и терпения. Это действительно серьезное испытание для родителей – испытание их жизненной стойкости, доброты, чуткости.

Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спокойное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями.

Психологически родители должны быть готовы не только к трудностям, неудачам, но и к успехам ребенка. Порадуйтесь вместе с ребенком его успеху, ожидаемому и закономерному, ведь этому

предшествовал труд. Поддержите его уверенность в том, что и дальше будет так же, нужно лишь постараться.

Очень важно, чтобы родители соизмеряли свои ожидания относительно будущих успехов ребенка с его возможностями. Это определяет развитие способности ребенка самостоятельно рассчитывать свои силы, планируя какую-либо деятельность.

Итак, ваша поддержка, вера в ребенка, в его успех помогут ему преодолеть все препятствия.